

卵・乳・小麦不使用のアレルギー対応レシピ

白ごまブラマンジェ

材 料	分 量
白練りゴマ	7 g
豆乳入りホイップ	9 g
豆乳	5 6 g
砂糖	2 g
ゼラチン	1.5 g
黒みつ	少量



[作り方]

- ① 粉ゼラチンを水でふやかしておく。
- ② 練りごま、豆乳入りホイップ、豆乳、砂糖をボウルに入れ泡立て器で混ぜる。
- ③ ②を鍋に移して温める、沸騰したらすぐ火を止める。
- ④ 粉ゼラチンを入れてよくかき混ぜる。
- ④鍋を氷水につけてとろりとするまで混ぜる。※すぐ固まってきます。
- ⑤器に入れて冷蔵庫で冷やし固める。お好みで黒蜜をかける。

[参考]

*上記の分量は90mlクリーンカップ1個分の分量です。

*豆乳入りホイップを生クリームに、豆乳を牛乳にかえてもおいしさに変わりはありません。

*黒蜜は食べる直前にかける。黒蜜をかけて放置するとブラマンジェがゆるくなり食味が悪くなります。